www.InHouseIdiomas.com.br

AVALIAÇÃO

PERFIL DE ESTUDO

COMO ESTUDAR MAIS EFICAZMENTE

Você já percebeu que muitas pessoas gostam de certo professor na escola e outras não? Algumas dizem que certo professor é muito bom e que explica muito bem ao passo que outras acham que esse mesmo professor conhece muito do assunto, mas não explica bem e que não consegue transmitir a matéria? Pois bem, por que será que isto acontece?

Com certeza você já notou que todos nós somos diferentes e que fazemos coisas diferentes. Na verdade as pessoas "leem" o mundo de formas diferentes. Algumas pessoas são mais lógicas do que outras (basta ver os pontos de vista entre uma pessoa que ama estudar idiomas e outra que adora estudar ciências exatas e são apaixonados por números, fórmulas e equações). Todos nós temos nosso jeito de enxergar o mundo. Por isso é que um professor pode ser considerado bom por alguns e ruim por outros. Na verdade os alunos têm modos diferentes de enxergar o mundo. O professor, talvez, esteja ensinando e explicando de uma forma que alguns alunos se sintam bem ao passo que para outros alunos o professor deveria apresentar outra abordagem. Enfim, precisamos entender como enxergamos o mundo de modo a tirar proveito das nossas características naturais e assim utilizarmos métodos de estudo para aprendermos qualquer coisa. Obviamente que disciplina é fundamental.

Nossa mente processa através de imagens, sons e sensações registrados internamente. Em PNL chamamos os aspectos ligados às sensações de sinestésicos.
Embora todos nós tenhamos os 3 sistemas visual, auditivo e sinestésico, é comum que um deles esteja mais desenvolvido que os outros. Este teste vai lhe ajudar a descobrir a sua predominância sensorial.
Depois de ter feito o teste, quando você perceberá qual sistema (ou sistemas) é o seu preferencial, o ideal é trabalhar para desenvolver os outros igualmente.
O resultado do teste não é um diagnóstico rígido; CUIDADO para não se rotular e parar por aí mesmo! Ele é um indicador útil no processo de autoconhecimento.

Escolha a opção que se aplica a você. Não existem respostas certas ou erradas **e você pode escolher mais de uma opção para cada questão.**

TENHA EM MENTE A SEGUINTE COMPARAÇÃO

VAMOS SUPOR QUE QUEREMOS APRENDER A FAZER UM BOLO.

O ***AUDITIVO*** aprende a receita do bolo mesmo que seja por telefone, explicado no ponto de ônibus ou por escrito.

O ***VISUAL*** aprende a fazer o bolo vendo alguém fazendo o bolo e vendo o bolo pronto.

O ***SINESTÉSICO*** aprende, literalmente, "botando a mão na massa", ou seja, ele aprende a fazer o bolo fazendo o bolo junto com outra pessoa ou sozinho, passo a passo e sentindo o cheiro do bolo.

Critério Nota 4 para a ação que representa muito a sua maneira de ser. Nota 1 para a ação que pouco ou quase nada representa o seu comportamento. Notas 2 e 3 para as suas valorizações intermediárias.

QUESTIONÁRIOS

A

( ) Gosto de ouvir música quando não tenho nada para fazer à noite.
( ) Para lembrar o nome de alguém, eu repito várias vezes.
( ) Gosto de longas conversas (papos furados, "abobrinhas").
( ) Prefiro que alguém me explique algo oralmente a explicar por escrito.
( ) Gosto de programas de variedades e de entrevistas no rádio e na TV.
( ) Uso rimas para lembrar-me de muitas coisas.
( ) Sou um bom ouvinte.
( ) Prefiro saber das notícias pela rádio, a saber, pelos jornais e revistas.
( ) Falo bastante comigo.
( ) Prefiro ouvir uma fita ou CD sobre um assunto a ler sobre ele.
( ) Sinto-me mal quando meu carro faz um barulho estranho.
( ) Posso dizer muito sobre alguém somente pelo tom de sua voz.
( ) Aprecio comparar fitas e CDs.
( ) Estudo para um teste lendo minhas anotações em voz alta ou estudando com outras pessoas.
( ) Prefiro fazer uma palestra sobre um tópico a escrever um artigo.
( ) Gosto de assistir a concertos e apresentações musicais em geral.
( ) As pessoas, às vezes, dizem que falo demais.
( ) Quando estou em cidade estranha, gosto de pedir informações.
( ) Converso com meu cão, gato, gnomo, anjo da guarda, estátua, foto, etc.
( ) Converso em voz alta comigo para resolver um problema.

Total de pontos ( )

B

( ) Quando não tenho nada para fazer à noite, gosto de assistir TV.
( ) Uso imagens para lembrar-me dos nomes das pessoas.
( ) Gosto de ler livros e revistas.
( ) Prefiro receber instruções por escrito a receber oralmente.
( ) Escrevo listas das coisas que tenho que fazer.
( ) Sigo rigorosamente o manual de instruções para usar um novo aparelho.
( ) Consigo montar miniaturas, facilmente, com instruções escritas.
( ) Cuido muito da minha aparência.
( ) Gosto de ir às exposições artísticas, feiras comerciais.
( ) Mantenho uma agenda de registros de atuações diárias.
( ) Em geral, gosto de fotografias utilizadas em publicidade.
( ) Em geral, gosto dos pontos pertinentes para fazer uma prova.
( ) Com um mapa posso localizar-me, com facilidade, em uma cidade nova.
( ) Sempre gosto de manter minha casa limpa e tudo no lugar.
( ) Todo o mês assisto a dois ou mais filmes (cinema ou vídeo).
( ) Tenho uma boa primeira impressão de uma pessoa bem vestida.
( ) Gosto de observar as pessoas de cima para baixo.
( ) Sempre mando consertar, o mais rápido possível, os arranhões do meu carro.
( ) Acho que flores frescas realmente embelezam a casa e o escritório.
( ) Gosto de ver a pessoa por inteiro quando estou falando com ela.

Total de pontos ( )

C

( ) Gosto de fazer exercícios físicos em casa, no clube, no jardim.
( ) De olhos vendados consigo movimentar-me em casa e reconhecer objetos e compartimentos pelo tato.
( ) Quando ouço música do meu gosto, acompanho batendo os pés.
( ) Gosto de estar ao ar livre, solto, caminhar em liberdade.
( ) Tenho boa coordenação motora para fazer muitas coisas.
( ) Tenho tendência a ganhar peso.
( ) Compro certas roupas porque gosto do toque do tecido.
( ) Gosto de criar animais de estimação.
( ) Toco nas pessoas quando estou conversando com elas.
( ) Quando aprendi a digitar no computador, tive facilidade com o sistema de toques no teclado.
( ) Quando eu era criança fui muito carregado(a) no colo.
( ) Aprecio mais praticar do que assistir a esportes.
( ) Gosto de tomar um banho quente/morno no fim do dia.
( ) Gosto de ser massageado(a) para relaxar e diminuir o stress.
( ) Sou um(a) bom(boa) dançarino(a).
( ) Gosto ou gostaria de freqüentar uma academia de ginástica.
( ) Gosto de levantar-me e fazer um alongamento nas pernas e braços.
( ) Posso dizer muito de uma pessoa simplesmente pelo modo com que ela aperta minhas mãos.
( ) Se eu tiver um dia ruim, meu corpo fica tenso.
( ) Gosto de fazer artesanatos, trabalhos manuais e montar quebra-cabeças.

Total de pontos ( )

AUDITIVO (*QUESTIONÁRIO A)*

Percebe os estímulos do ambiente com maior ênfase pelo canal auditivo, ou seja, possui maior facilidade de aprendizado a partir de estímulos sonoros. Palavra chave = lógica

Exercícios mais eficazes para aprendizagem do indivíduo predominantemente "Auditivo":

- *Ler textos e frases em voz alta – Ouvir a própria voz falando inglês é muito importante.*
- *A repetição destas leituras em voz alta é extremamente produtiva e ajuda a fixar conteúdos.*
- *Gravar a própria voz e ouvir em seguida ajuda a memorizar conteúdos e corrigir erros de pronúncia, já que o auditivo é bastante sensível para perceber seus erros, com autocrítica.*
- *Ouvir CDs e gravações de lições é geralmente sua melhor forma de estudo. Não perca tempo no trânsito. Ganhe tempo! Ouça sistematicamente lições e músicas bem escolhidas em inglês, dando preferência a intérpretes do seu tipo preferido de música e que tenham uma pronúncia e dicções claras.*
- *Exercite diálogos em voz alta com colegas e amigos.*
- *O auditivo se prende à lógica das coisas. Entender a razão de algum processo é fundamental para o auditivo aprender e consolidar. No que tange o aprendizado do Inglês, saber pontos gramaticais é muito produtivo.*

VISUAL *(QUESTIONÁRIO B)*

Percebe melhor os estímulos do ambiente pelo canal visual, ou seja, aprende captando imagens e estímulos visuais, formas e cores. Possui a aptidão de uma percepção estética mais apurada e tem visão crítica dos conceitos de belo e feio. Palavra chave = ordem.

Exercícios mais eficazes para aprendizagem do indivíduo predominantemente "Visual":

- *Fazer uso de imagens para aprendizado de palavras e situações (ex.: fotos de objetos com o nome em inglês; fotos ou desenhos de situações ou cases, ao lado de diálogos referentes aos mesmos).*
- *Estudar com vídeos didáticos e diálogos encenados em inglês, de preferência inglês nativo.*
- *Usar dicionário de fotos para a fixação de vocabulário novo.*
- *Copiar textos em inglês ajudará a fixar estruturas e vocabulário, bem como a construção de frases.*
- *Escrever a lição e exercícios de forma organizada e limpa é essencial para que o visual se sinta bem para estudar e aprender. Cadernos bem diagramados são características de um indivíduo visual.*

SINESTÉSICO *(QUESTIONÁRIO C)*

Percebe melhor os estímulos do ambiente pelo canal sinestésico, ou seja, das sensações. Usa bem a intuição e identifica-se com atividades que requeiram movimentação corporal. Palavra-chave = conforto.

Exercícios específicos para a aprendizagem do indivíduo predominantemente "Sinestésico":

- *Portanto, palavras e textos ditos sinestésicos farão referência a: sensações de frio e calor; medo e coragem; afeto e agressão; alegria e tristeza; ações de abrir e fechar; andar e parar; empurrar e puxar; agitar e acalmar; e sentidos como tato, olfato e paladar, bem como tessitura da pele.*
- *Uso do teatro em sala de aula é ideal para o sinestésico, até porque ninguém é somente sinestésico ou visual; todos têm um segundo canal de percepção que ajuda e apóia o primeiro.*
- *Os exercícios visuais e auditivos serão também importantes para o sinestésico, desde que aliados ao uso do corpo, de sensações e usando palavras processuais.*
- *Sinestésico aprende "fazendo" o que ele está se propondo a aprender.*

INDEPENDENTEMENTE da sua característica predominante, TODOS NÓS POSSUÍMOS MEMÓRIA VISUAL, AUDITIVA E SINESTÉSICA, em outras palavras, UTILIZE TODAS AS SUGESTÕES APRESENTADAS AQUI. Você sentirá o progresso em pouco tempo. Mas, seja disciplinado e estude regularmente, caso contrário...você já sabe, né?

Forte abraço e bons estudos. Do fundo do coração, torço por você.